

управление при помощи учебника процессом формирования знаний и умений школьников. В современных условиях учебник остается системообразующим

средством усвоения школьниками учебного материала, является основным средством обучения в условиях системно-деятельностного подхода к образованию.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Зверев, И. Д.* Межпредметные связи в современной школе / И. Д. Зверев, В. Н. Максимова. — М. : Педагогика, 1981. — 160 с.
2. *Иванова, Е. О.* Теория обучения в информационном обществе / Е. О. Иванова, И. М. Осмоловская. — М. : Просвещение, 2011. — 190 с.
3. Методика обучения истории : учебник для студентов учреждений высшего образования / под ред. В. В. Барабанова, Н. Н. Лазуковой. — М. : Академия, 214. — 412 с.
4. Проект концепции нового учебно-методического комплекса по отечественной истории // URL: <http://www.kommersant.ru/docs/2013/standart.pdf>.
5. *Разбегаева, Л. П.* Ценностные основания гуманитарного образования : монография / Л. П. Разбегаева. — Волгоград : Перемена, 2001. — 288 с.
6. Федеральный образовательный стандарт основного общего образования // URL: <http://минобрнауки.рф/документы/938>.
7. Федеральный образовательный стандарт среднего общего образования // URL: <http://минобрнауки.рф/документы/543/файл/4588/приказ%20Об%20утверждении%20413.rtf>.
8. Школьное гуманитарное образование сквозь призму ценностного подхода // URL: <http://met-ist.ru/?p=20>.

СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС «УРОКИ ЗДОРОВЬЯ И ОБЖ» ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ



О. С. ГЛАДЫШЕВА,
доктор биологических наук,
профессор, заведующая кафедрой
здоровьесбережения в образовании НИРО
labzd@yandex.ru



И. Ю. АБРОСИМОВА,
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры здоровьесбережения
в образовании НИРО
klimash1@yandex.ru

В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования (ФГОС НОО) говорится о необходимости создания в каждой образовательной организации программы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, которая должна обеспечивать

необходимый уровень здоровьесберегающих условий для обучения младших школьников, а также способствовать формированию у них представлений, установок и ценностных ориентаций на ведение здорового образа жизни. В данной статье представлен современный методический комплекс «Уроки здоровья и ОБЖ 1—4», направленный на решение этих задач.

Federal state educational standards of the primary general education (FSES) causes the necessity of creation for each educational organization the program for forming the culture of a healthy and safe way of life which has to provide the necessary level of health saving conditions for teaching of primary school pupils, and also promotes the formation of representations, installations and valuable orientations to maintain a healthy lifestyle. The modern methodical complex «Lessons of health and the basis of safety and activity 1—4» directed to the solution of these tasks is presented in this article.

Ключевые слова: *здоровье, здоровый образ жизни учащихся начальной ступени обучения, ценностные ориентации на ЗОЖ*

Key words: *health, healthy lifestyle of primary school pupils, valuable orientations to a healthy lifestyle*

Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических условиях является важной государственной задачей. В связи с этим деятельность по сохранению и укреплению здоровья становится значимой задачей педагогической науки и общего образования. Здоровье человека в значительной степени определяется здоровым образом жизни. Для педагогической системы важно не только создание условий для сохранения и укрепления здоровья, но и формирование у самих школьников стремления к здоровому образу жизни.

В основе этих действий лежит формирование у них установок и ценностных ориентаций на здоровый образ жизни, которые должны способствовать осознанному

поведению, направленному на сохранение здоровья.

В соответствии с действующим стандартом на ступени начального общего образования (ФГОС НОО) должны осуществляться укрепление физического и ду-

ховного здоровья, выполнение правил и формирование установок на здоровый и безопасный образ жизни для себя и окружающих, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение сопереживать другим людям и находить способы выхода из конфликтных ситуаций. Для решения данного вопроса ФГОС НОО обязывает каждую образовательную организацию включить в основную образовательную программу начального общего образования раздел, посвященный «Программе формирования здорового и безопасного образа жизни». Основные цели данной программы направлены на сохранение здоровья и формирование у младших школьников активных установок на ведение здорового образа жизни.

Первое базовое условие определяется соблюдением в образовательной организации, как минимум, санитарных норм и правил организации учебного процесса. Особенности организации этих действий были подробно рассмотрены нами в методическом руководстве «Системная модель деятельности образовательного учреждения по сохранению и укрепле-

Основные цели программы направлены на сохранение здоровья и формирование у младших школьников активных установок на ведение здорового образа жизни.

нию здоровья учащихся» [4]. В данной статье мы намерены подробно остановиться на вопросах формирования у младших школьников культуры здорового и безопасного образа жизни. Эти цели можно реализовывать, используя программу О. С. Гладышевой [2] и комплекс методических разработок «Уроки здоровья и ОБЖ 1—4-е классы» [5—12], который обеспечивает поддержку педагогов начальной ступени и дополнительного образования в вопросах формирования культуры здоровья и здорового образа жизни. Попробуем детально охарактеризовать данный просветительский и методический комплекс (МК) и рассмотрим его особенности с позиций новых требований к результативности.

МК включает в себя программу «Уроки здоровья и ОБЖ», учебно-тематическое планирование, сценарии к каждому занятию, рассчитанные на четыре года обучения, и материалы для диагностики результатов обучения по данному комплексу. Разработки сценариев для учителя по данному курсу посвящены основным ключевым линиям, раскрывающим понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».

Цели данного курса носят, с одной стороны, ценностный, общегуманистический характер, а с другой — сугубо практический. Пособия выстроены с позиций интегральных представлений о ценностях здоровья и здорового образа жизни, о важности биологических, социальных и духовно-нравственных его аспектов, что отражено в содержании занятий начальных модулей каждого года обучения. Одновременно с этим они ориентированы на практические знания, практическую деятельность обучающихся и их активность в вопросах сохранения и поддержания здоровья, и соответственно на присвоение установок и ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Главная содержательная идея этого МК базируется на так называемых основных «свойствах живого», позволяющих выстроить принципы и правила здо-

ровья и здорового образа жизни, безопасного поведения в природной и социальной среде. Эта идея позволяет донести до младших школьников мировоззренческие представления о том, что «мир живого» един и у человека есть в этом мире свое место, важное и ответственное. Данная идея также легко позволила интегрировать содержание курса с правилами безопасного поведения в природной и социальной среде.

Вторая базовая идея заключается в том, что каждый человек может быть ответственен за свое здоровье, и оно является важным показателем благополучия человека. Для того чтобы научить младших школьников быть активными в вопросах своего здоровья, в сценарии занятий заложено освоение различных способов деятельности. Это обучение алгоритмам принятия решений в пользу здоровья; осознание своих чувств; осмысление поведения в пользу сохранения здоровья; формирование младшего школьника как субъекта учебной деятельности; овладение навыками сотрудничества и взаимодействия со взрослыми и сверстниками через обучение коммуникативным приемам; создание условий для формирования познавательной самостоятельной активности и критического мышления, ведущих к социальной компетентности; создание условий для приобретения школьником опыта познания самого себя. Использование системно-деятельностного подхода в реализации содержания курса важно с позиций возрастных особенностей младших школьников, поскольку младший школьный возраст предоставляет большие возможности для формирования установок на здоровый образ жизни. Во-первых, этому способствует податливость и известная внушаемость школьников, их доверчивость, склонность к подражанию, а главное — авторитет учителя и несфор-

Главная содержательная идея МК базируется на так называемых основных «свойствах живого», позволяющих выстроить принципы и правила здоровья и здорового образа жизни, безопасного поведения в природной и социальной среде.

мированность устойчивых мотивационных ценностных приоритетов. Все эти психологические особенности обучающихся в начальной школе способствуют не только успешному усвоению необходимых знаний о здоровье и здоровом образе жизни в ходе занятий по данной просветительской программе, но и присвоению соответствующих мировоззренческих установок о здоровье как одной из ведущих ценностей бытия, являющейся важным целевым поведенческим ориентиром и социализирующим фактором.

Во-вторых, рассматривая возрастные особенности младших школьников, следует отметить, что в семилетнем возрасте дети переживают одновременно два кризиса: кризис физического развития (усиленный рост тела в длину, смена зубов) и кризис психического развития, связанный с появлением у них таких качеств, как самооценка, осознание собственных переживаний. Оба эти процесса протекают на фоне необходимых адаптационных процессов, так как школьнику необходимо социализироваться в новых для него условиях обучения, социальной среды школы. Все эти факторы учитывались нами при разработке содержания и дидактического арсенала методического комплекса.

Следует отметить, что особое внимание этим вопросам было уделено нами в четвертой части комплекса, когда обучающиеся готовятся к переходу из начальной в основную школу. Период их актив-

ного сопровождения учителем и родителями должен закончиться, а они перейдут в зону самостоятельного и ответственного поведения. Занятия по программе «Уроки здоровья и ОБЖ» в 4-м классе направлены на пропедевтику этих сложных адаптационных поведенческих процессов уже у младших подростков. Таким образом, возрастная целесообразность данного курса позволила соединить два процесса — социализацию и формирование установок на здоровый образ жизни, что усилило результативность формирования мотиваций учащихся на здоровый образ жизни.

В основу методического комплекса «Уроки здоровья и ОБЖ» были заложены следующие подходы: системный, аксиологический, деятельностный, личностно ориентированный и компетентностный, что нашло свое отражение в содержании и технологии проведения занятий.

Согласно рекомендациям Министерства образования и науки РФ содержание и тематика занятий для начальных классов выстроены по линейному и концентрическому принципам, что позволяет, с одной стороны, разворачивать материал последовательно по восходящей линии, а с другой — постепенно расширять и углублять его; сочетать с социальной направленностью познавательных интересов; а также учитывать возрастные особенности младших школьников в последовательности от класса к классу (см. таблицу).

Учебно-тематические блоки курса «Уроки здоровья» для начальной школы

Первый год обучения	Второй год обучения	Третий год обучения	Четвертый год обучения
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Я и школа ✓ Что такое здоровье. В чем его ценность? ✓ Мир вокруг и я ✓ Дыхание и здоровый образ жизни ✓ Хотим быть здоровыми — действуем 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Еще раз вспомним, что такое здоровье. Почему здоровье так значимо для нас? ✓ Питание и здоровый образ жизни ✓ Движение и здоровый образ жизни ✓ Развитие и жизнь ✓ Хотим быть здоровыми — действуем 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Еще раз о здоровье Почему здоровье является ценностью? ✓ Непрерывность жизни ✓ Здоровый образ жизни и общество ✓ Хотим быть здоровыми — действуем 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Познай себя и свои цели и ценности ✓ Правила общения ✓ Общение и конфликты ✓ Здоровый образ жизни и эмоции ✓ Школа и здоровый образ жизни ✓ Знаешь, как быть здоровым, — действуй

Как мы видим из перечислений названий блоков, в каждом учебном году повторяются начальные и заключительные модули (концентрический принцип). Таким образом, с каждым годом не только последовательно расширяются и углубляются знания, умения и навыки о здоровьесберегающих принципах и ценностях здорового образа жизни, что обеспечивает реализацию аксиологического подхода, но и появляются новые модули: «Мир вокруг и я», «Дыхание и здоровый образ жизни» (1-й класс); «Питание и здоровый образ жизни», «Движение и здоровый образ жизни», «Развитие и жизнь» (2-й класс); «Непрерывность жизни» (3-й класс), хотя, на наш взгляд, и эти новые модули также взаимосвязаны и ведут к реализации общих мировоззренческих целей курса.

Важной особенностью при проведении занятий по данному МК на начальной ступени обучения является технологический компонент, который полностью ориентирован на системно-деятельностный подход и включает использование таких форм, средств обучения и воспитания, методов и приемов, которые имеют выраженный здоровьесберегающий потенциал: игровые технологии, проблемное обучение, в том числе проектный метод и решение проблемных ситуаций, обучение в сотрудничестве, технология «Чтение и письмо через развитие критического мышления». Практически все сценарии занятий МК построены с использованием этих современных здоровьесберегающих технологий.

В качестве результатов при обучении по данному методическому комплексу мы ожидали формирования целого ряда личностных, метапредметных и предметных результатов, а также индивидуальных достижений и ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у обучающихся начальной ступени обучения, обозначенных в Программе формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. В качестве таких результатов

работы с младшими школьниками можно отметить получение как теоретических знаний, так и умений и навыков коммуникативного, регулятивного характера, опыта творческой деятельности, эмоционально-ценностного отношения к своему здоровью, а также целого ряда социальных компетентностей, среди которых такие как «коммуникативные умения», «способность выходить из конфликтных ситуаций», «умения принимать решения в пользу сохранения здоровья» и т. п.

Отдельно остановимся на диагностических материалах, которые входят в качестве составляющей в данный методический комплекс.

Для оценки результативности была разработана комплексная диагностика на основе созданных анкет, критериально-ориентированного тестирования, методики САН, модифицированной методики Люшера и технологий рейтинговой оценки. Для измерения ценностных установок учащихся начальной ступени обучения на здоровый образ жизни были выделены следующие критерии: потребностно-мотивационный, когнитивный, оценочно-ценностный и поведенческо-деятельностный [14]. Для каждого критерия подробно описаны показатели сформированности.

В *потребностно-мотивационном* критерии выделены следующие показатели:

- ✓ интерес к получению знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- ✓ полезность знаний о ЗОЖ;
- ✓ позитивное настроение, активность, самочувствие на мероприятиях, связанных с ЗОЖ.

Когнитивный критерий мы определяли через комплекс знаний о «здоровье» и «здоровом образе жизни».

Оценочно-ценностный критерий рассматривали через присвоение и иерархию терминальных и инструментальных ценностей.

Деятельностно-поведенческий критерий

Практически все сценарии занятий МК построены с использованием современных здоровьесберегающих технологий.

оценивали через сопоставление результатов анонимного анкетирования обучающихся, их родителей и педагогов, а также на основании результатов решения ситуационных задач практического свойства.

В качестве позиций такого анкетирования выступали частота выполнения правил ЗОЖ, активные занятия физкультурой и спортом; позитивное отношение к себе и другим людям; умение разрешать конфликты, быть активным, работать в сотрудничестве с другими людьми, соблюдать безопасное поведение в природе и в социуме; умение ставить цели и решать практические проблемы на внеклассных и внеурочных мероприятиях, связанных с тематикой здорового образа жизни.

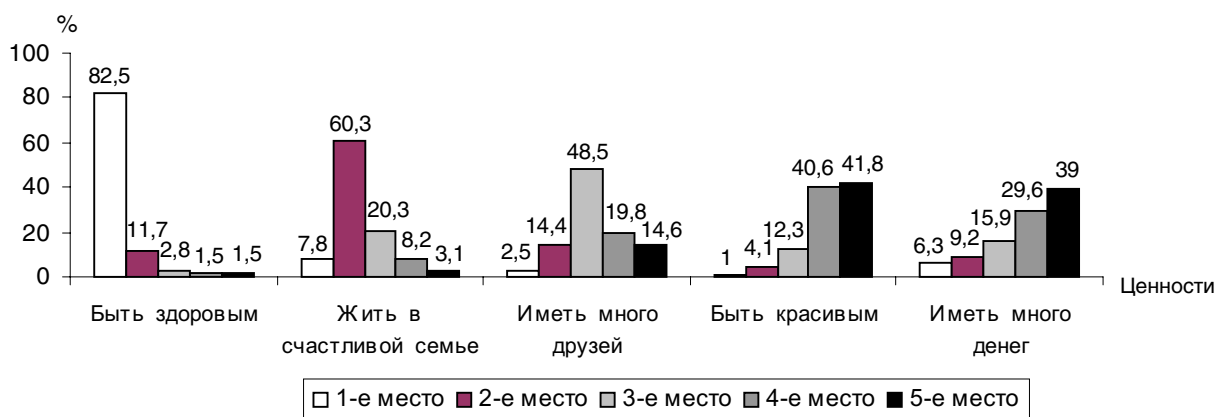
Методический комплекс прошел длительный период апробации, в которой приняли участие 876 учащихся 7—10 лет из 11 школ Нижнего Новгорода и Нижегородской области, 54 педагога и 207 родителей.

При отслеживании сформированности ценностных ориентаций и установок на

ЗОЖ у младших школьников были получены следующие показатели по *потребностно-мотивационному* критерию: 88,5 % учащихся — на высоком уровне, 11,5 % — на среднем уровне при итоговой диагностике проявили интерес к изучению правил ЗОЖ; 96 % школьников — на высоком уровне расценили знания о здоровье как полезные. У преобладающего числа школьников были хорошее настроение во время занятий (93,6 %), хорошее самочувствие (86,7 %) и высокая активность (80 %).

Показатели по *когнитивному* критерию о здоровье и ЗОЖ при итоговой диагностике в среднем составили 74,7 % — на высоком уровне; 18 % — на среднем уровне. При изучении показателей оценочно-ценностного критерия выявлено, что уже 82,5 % младших школьников среди наиболее важных факторов благополучной жизни отметили здоровье и ЗОЖ. Большинство учащихся отметили, что для того чтобы быть здоровым, надо выполнять правила ЗОЖ (92 %), регулярно заниматься спортом (77,7 %), и обладать знаниями о здоровье (72,8 %) (см. диаграмму).

Рейтинговое распределение системы ценностей у учащихся начальной ступени обучения при итоговом анкетировании



При комплексной оценке показателей *деятельностно-поведенческого* критерия выявлено, что в среднем 33,2 % учащихся 1-го класса, 51 % 2-го класса и 73 % учащихся 3-го класса соблюдают правила здорового образа жизни, ориентируясь на

ценностные установки «здорового и безопасного образа жизни».

Сегодня данный комплекс широко реализуется не только на территории нашей области, но и в других регионах Российской Федерации, так как он был

опубликован в газете для педагогов «Здоровье детей» (ИД «Первое сентября») [5—8].

Таким образом, методический комплекс нового поколения «Уроки здоровья и ОБЖ 1—4-е классы» позволяет без увеличения учебной нагрузки средствами одного курса решать задачи профилактического образования, безопасного поведения школьников, знакомить их с ос-

новами здорового образа жизни, формировать у них устойчивые модели соответствующего поведения, а также задачи воспитания мировоззренческо-ценностных ориентаций и социализации в природной и социальной среде. Необходимость такого курса уже на начальной ступени образования как в городских, так и в сельских школах определяется позицией ФГОС НОО.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Абросимова, И. Ю.* Разговор о здоровье : программа / И. Ю. Абросимова, О. С. Гладышева // Организация внеурочной деятельности младших школьников / сост. : С. К. Тивикова, М. К. Приятелева. — Н. Новгород : НИРО, 2011. — С. 228—252.
2. *Гладышева, О. С.* Программа «Уроки здоровья и ОБЖ» / О. С. Гладышева. — Н. Новгород : НГЦ, 1998.
3. Проектирование педагогической модели формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у младших школьников : монография / И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : НИРО, 2013. — (Сер. «Внедряем новые стандарты образования»).
4. Системная модель деятельности образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья учащихся : метод. руководство / О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова [и др.] ; науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород : НИРО, 2008.
5. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу. Второй год обучения / О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова // Здоровье детей. — 2006. — № 15. — 48 с.
6. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу. Первый год обучения / О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова // Здоровье детей. — 2004. — № 15. — 48 с.
7. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя. Третий год обучения / О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова // Здоровье детей. — 2008. — № 13. — 48 с.
8. Уроки здоровья : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу. Четвертый год обучения / О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова, О. А. Лобанова, С. В. Чеблукова // Здоровье детей. — 2009. — № 14. — 48 с.
9. Уроки здоровья и ОБЖ — 1 : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: первый год обучения / Мин-во образования Нижегород. обл. ; ГБОУ ДПО НИРО ; авт.-разработ. : О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : НИРО, 2010. — 72 с.
10. Уроки здоровья и ОБЖ — 2 : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: второй год обучения / Мин-во образования Нижегород. обл. ; ГБОУ ДПО НИРО ; авт.-разработ. : О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : НИРО, 2010. — 94 с.
11. Уроки здоровья и ОБЖ — 3 : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: третий год обучения / Мин-во образования Нижегород. обл. ; ГБОУ ДПО НИРО ; авт.-разработ. : О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова. — Н. Новгород : НИРО, 2010. — 88 с.
12. Уроки здоровья и ОБЖ — 4 : методические рекомендации для учителя к интегрированному курсу: четвертый год обучения / Мин-во образования Нижегород. обл. ; ГБОУ ДПО НИРО ; авт.-разработ. : О. С. Гладышева, И. Ю. Абросимова, О. А. Лобанова, С. В. Чеблукова. — Н. Новгород : НИРО, 2012. — 107 с.
13. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования второго поколения. — М. : Просвещение, 2016.
14. Формирование экологически целесообразной культуры здорового и безопасного образа жизни у младших школьников : монография / И. Ю. Абросимова, О. С. Гладышева, В. В. Николина ; науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород : НИРО, 2014. — (Сер. «Внедряем новые стандарты образования»).